

エスペニユース



Esperanza News

Vol. 21

“復刊記念増大号”

【発行】医療法人社団友和会

共同生活援助施設「エスペランサ」

【発行責任者】林千代子

【住所】〒738-0202

廿日市市峠字下ヶ原 500 番地

【TEL】0829-74-1106

【E-mail】yuwaesp.ecnet.jp@mist.ocn.ne.jp

【法人ホームページ】<http://www.yuwa-hosp.com>

《ごあいさつ》

あの暑かった夏も終わりすっかり秋になりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

この度、エスペニユースをようやくお届けすることができました。昨年の 4 月より、これまでの福祉ホーム B 型（定員 20 名）から、グループホーム（定員 18 名）へ移行し、新たにショートステイ（定員 2 名）の事業を開始しました。法律が変わり事業の転換を迫られ、様々な事が変わりました。職員の削減、退職、新たな職員の採用、請求事務の混乱等々、私にとっては目まぐるしい 1 年があったという間に過ぎたという感じです。気が付けば、その間にエスペランサは開設から 10 年が過ぎました。開設後 3 年までは、毎年第三者委員の方との顔合わせ会を行っていましたが、その後しばらく実行できておりませんでした。先日、久しぶりに顔合わせ会を実施することができました（3 ページ参照）。自分たちが利用しているエスペランサの第三者委員の方がどのような方なのか、利用者の皆さんには知っておいてほしいという思いが私の中にありました。何かと滞っていることもあります、一つ一つを大事にやっていきたいと思っています。今後ともよろしくお願いいたします。（林千代子）

《紙面リニューアルのお知らせ》

2003 年 6 月の開所以来、不定期ながら年 2,3 部のペースで発行してきた「エスペニユース」ですが、前編集担当者が退職した 2012 年の夏を最後に発行が滞っており、休刊状態となっておりました。申し訳ございませんでした。この度、これまでのやり方を見直し、新たに利用者、スタッフの有志からなる編集委員会を立ち上げ、作成していくこととなりました。読んでいただく方を意識して作るのはもちろんですが、まずは作っていく自分たちが元気になる、成長できるような紙面を目指してやっていきたいと考えています。（編集委員一同）

☆友和会の最新情報はこちら☆



医療法人社団友和会 友和病院



友和会のホームページがあることをご存知でしょうか？こちらでは、病院やデイケアでの取り組みの様子が随時更新されています。今年度は、栄養給食課の「地産地消プロジェクト」が開始される等、法人内の動きが活発になっています。病院家族会やデイケアの会報等もこちらからご覧いただけるようになっています。

URL は、<http://www.yuwa-hosp.com> です。

Google 検索で「友和病院」でも見るができます。

《友和会 夏祭り (8月2日)》



今年は例年になく早い段階で始動しました。5月から合計8回実行委員会を開き、各部署から1名ずつ選出され友和病院の作業療法士を中心に準備を進めました。ここ最近は暑さや患者さん、スタッフの高齢化で昼の部のみの開催&縮小版でしたが、今年度は若いスタッフも増え、作業療法棟も今年で取り壊しが決定していた為「中庭でやろう！！昼も夜もやろう！！」という声があがり、昼の部は3階病棟で夜の部は中庭で開催することになりました。中庭でやると準備が大変でやぐらやテント、提灯の設置、特に電源の確保が…。ホットプレート（商品の保温）をたくさん使うとあちらこちらでブレーカーが落ちたりして、相変わらずトラブルは絶えず当日は走り回りました。バザーではかき氷、揚げたこ焼き、フランクフルト、焼きそば、射的があり、エスペランサは会場設置&準備とかき氷の担当。かき氷を7杯も食べる方もいて「お腹大丈夫です！？」って心配するほどでした。演奏では「ふじつぽバンド」と「にじのえきさんのハンドベル」。盛り上げて頂きました。祭りの最後にやぐらの上で院長が太鼓を叩き、患者さんや地域の女性会の皆様やスタッフが盆踊りを楽しそうに踊るのを見て、暑さの中準備した達成感を得ながらのかき氷は格別でした。そして最後にひと仕事。ヘルメットを被って病院の屋上へ上がり、祭りの終わりを知らせる夜の花の演出を行い、無事夏祭りを終えることができました。(入江一臣)

かつては、盆踊りをする人たちをボーっと眺めていようものなら、人生の先輩方から「はよこっち来て踊りんさいや！」と叱られたものでした。しかし、踊ったら踊ったで「こうやってやるんよね！分からん奴じゃねえ！」とまた叱られる。祭りに限らず就職したての頃は、思い当たることから全く思い当たらないことまで、本当によく叱られました。しかし、そうやって自分を叱ってくれた先輩方は、一人また一人とこの世を去っていかれました。盆踊りは、亡くなった方を供養するための行事。猛暑の中での準備・当日の運営・後片付けは本当にしんどいのですが、病の苦しみから解放された方や想い半ばにこの世を去られた方々への供養の場なので、この“友和”らしさが凝縮された夏祭りを守り続けていくのが、残された者の使命だと思います。(宮地秀樹)



ふじつぽバンドの皆さん



アンコールは Hiromi Go の GOLDFINGER'99

(撮影 ; N.N)

《第三者委員 顔合わせ会（8月22日）》



終了後に寄せられた意見や感想

- ・「自分の言いたいことは言えた」
- ・「第三者委員の存在ありがたい」
- ・「これまで第三者委員の存在を知らなかった。話を聴いて知ることができて良かった」
- ・「第三者委員としての業務内容がよく分からなかったので、(エスペランサのスタッフに)説明をきちんとしてほしかった」
- ・「第三者委員の存在が心強い。実際に来ていただいて話のできたので、必要な時は直接相談できると思う」
- ・「エスペランサがグループホームに移行して、外泊ができにくくなった。これまでは自由に外泊できたのに、スタッフさんからは『盆と正月くらいにしてください』と言われるようになった。スタッフさんからその理由を聞いてはいたが、第三者委員がいらっしゃる公の場であらためて説明を聞くことができて良かった」
- ・「(相談支援事業所で働かれている2名の第三者委員の話を受けて)地域生活とは、地域とは何かをあらためて考えさせられた。相談支援がどういうものなのか、具体的にはまだよく分からないが、『相談支援は万能ではないが、それなりの方向性は見出している』という委員の話でイメージはできた」

苦情受付担当者より

今回の顔合わせ会では、予想以上に「苦情解決の仕組みと第三者委員の方の存在を知らない」という声が多く、苦情受付の窓口としては非常に肩身が狭い思いをしました。エスペランサを利用する際には、必ず「重要事項説明書」と「利用登録契約書」を説明し納得した上で署名をいただいている（ことになっている）ので、本来であれば「よく分からない」ことはあるにしても、「全く知らない」とか「聞いたことがない」ということはないはずです。しかし、一人ではなく複数の方が初耳かのようにおっしゃっているのを見聞きすると、やはりこちらの説明不足は認めざるを得ません。利用開始の際に、より丁寧な説明を行うことはもちろんですが、利用を開始した後も掲示の仕方等、苦情解決システムの周知徹底を図る仕掛けが必要であると痛感させられました。

外泊についてですが、当日も利用者さんからお話がありましたように、グループホームに事業移行した際、これまでの補助金での運営（利用実績にかかわらず一括にお金が入っていた）から個別給付（外泊等で利用がない日は利用料が入らない。空室がある場合も当然利用料は入らない。エスペランサにおいては事業移行前と比べると約2割の収入減となっている）へと変わったため、これまで比較的自由にできていた外泊を現在は制限させてもらっています。利用者さんにその収入減を押し付けるようなやり方がベストでないことは承知しているつもりですが、デイケアに最低週5日（なお、日中活動については、当法人以外の利用ももちろんOKです）は行ってもらうことで何とか運営しているというのが実情です。外泊については、「盆、正月以外は無条件でお断り」とはしておりませんので、目的によってと日数の調整をお願いすることはあろうと思いますが、これまで通りご相談ください。（宮地秀樹）

※第三者委員とは…

事業者における苦情解決の仕組みには、「苦情受付担当者」「苦情解決責任者」の設置とともに、その解決プロセスを透明化することなどを目的として、第三者委員の設置が規定されています。第三者委員は、福祉サービスの苦情解決制度において、文字通り客観的な“第三者”の視点を取り入れるとともに、潜在化して表面に表れてこない利用者の声を吸い上げる役割を期待されています。

エスペランサでは、ウィングかべの佐々木さん、桜虹会の今田さんに開設時よりご協力いただいております。

「私の取扱説明書」

氏 名	誕生日／星座／血液型	
S. S	7 月 8 日／かに座／O 型	
一言キャッチフレーズ	ニックネーム	
「一人挨拶運動」		
お伝えしたい大切なこと		
私には“躁うつ病”の他に“脳性麻痺”という障害があります。脳性麻痺は、運動障害、知的障害、精神発達障害（学習障害も含む）、高次脳機能障害を含めた複合体の疾患と言われています。一般的には、身体機能の障害だけ（私の場合は、右半身全体に麻痺があります。最近では記憶力も低下してきて、主治医からは「実年齢＋10 歳くらいに思っておきなさい」と言われています）と思われがちですが、脳に傷があるために脳からの指令が伝わりにくくなっています。例えば、私の場合は一度にいろんなことを言われても情報の処理がうまく行われないため、理解できない（パニックになる）ことがあります。話をする時には簡潔に分かりやすく説明してほしいです。大事なことは紙に書いてもらえると、後で読み返せるので助かります。		
好 き	苦 手	
・「ドライブ」…免許はないけど好き。 ・「海」…広くて開放感がある。普段は山にいます。 ・「音楽鑑賞」…気に入った曲であれば誰の曲でも聴きますが、特に好きなのは小田和正。 ・「いくら、サーモン、ぶどう、柿、梨」…理由は特にありません。美味しい物は美味しい。 ・「綾瀬はるか」…コミカルもシリアスもできて好き。広島出身だし。 ・「藤木直人、福山雅治、嵐の二宮くん」…カッコいいし、いろんな演技ができる。 ・「楽しいこと・場・空間」…気の合う友人たちと過ごす時間はこの上ない。	・「早口な人」…聴き取れないことがあります。 ・「ウニ、松茸、納豆、チーズ」…香りの強い物やクセの強い物が苦手です。 ・「爬虫類」…気持ち悪い。 ・「陰口を言う人」…何かあるなら、直接言ってもらった方が良い。 ・「団体行動」…どうしても時間がかかってしまうので他の人に気を遣うし、方向音痴なので迷子になってしまう。 	
接し方の注意	言 葉	
・きつく言われると、涙がすぐに出てしまいます。 ・後ろから突然声をかけられると、身体が勝手に反応してビクッとしてしまうことがあります（不随意運動）。 ・人見知りですが寂しがり屋なので、声をかけてもらえると嬉しいです。 ・不満に思ったり嫌なことがあった場合は、顔に出ます。パニックになった時は、固まって何もできなくなることがあります。	【NG ワード（言われたくない言葉）】 ・「お金持ち」…人それぞれ価値観が違う。 ・「人前で泣くな」…出てしまうものは仕方ない。 ・「早くしてや」…自分でも早くできないのは分かっている分、余計につらい。	
		【ハッピーワード（言われたい言葉）】 ・「ありがとう」…嬉しくない人はいないと思う。 ・「洋服が似合ってるね」…服ではなく、着こなしを褒められると嬉しい。
行動パターン	毎日続けていること	
・基本的にマイナス思考で自分に自信がないので、例えば自分のことじゃなくても、他人が誰かの悪口等を言っているのを聞くと、自分のことのように凹んでしまいます。 ・物がなくなったりすると、見つかるまで探してしまふことがあります。 ・やるべきことの優先順位が分からなくて、一つのことに集中し過ぎてしまうことがあります。	・土日以外は毎日ラジオ体操をしています。 	
		・便通が良くなると聞いたので、朝起きた時に水をコップ1杯飲むようにしている。

私にできること	夢・希望・目標
・話を聴くのが得意です。 ・誰にでも挨拶できます。 ・約束は守ります。 ・目覚まし時計がなくても、起きることができます。 ・20年以上働いた経験があります。 ・公共交通機関の利用ができます。	・東京ディズニーランドに行きたい。 ・宮崎の姉宅に行きたい。 ・小田和正のコンサートに行きたい。 ・便利な所で一人暮らしをしたい。 ・パソコンでインターネットやメール等ができるようになりたい。

自分の好きなところ、10選	
①観察力がある自分が好き	⑥喜怒哀楽の感情表現が豊かな自分が好き
②正直者の自分が好き	⑦誰にでも挨拶できる自分が好き
③素直な自分が好き	⑧やさしい自分が好き
④気持ちが若い自分が好き	⑨意志が強い自分が好き
⑤約束は守る自分が好き	⑩几帳面な自分が好き

自由記入欄
今回、自分のことを語ろうと思ったのは、本来は一番理解しておいてほしい家族やスタッフ、友人、職場の人たちに自分や自分の障害についてきちんと知ってもらおうと思ったのがきっかけです。これまで周囲に理解してもらえないことで（理解してもらおう努力も足りなかったのかもしれませんが）、歯がゆい思いをすることが度々ありました。時には、その歯がゆさとイライラから泣いて訴えたり、落ち込んで何もできなくなってしまったこともありましたが（今もあります…）。あるスタッフさんから提案を受けたのがそもそもの始まりでしたが、今回のように自分のことを赤裸々に語るといことはとても勇気がいりました。それを後押ししたのは、今思えばリハビリの主治医の存在があったからのように思います。その先生は、以前私に「これまで一般的に信じられてきた脳性麻痺の治療方針（理解）は間違っていた」と謝ってくれたことがありました。先生が謝るようなことでもないと思いましたが、率直にそう言って貰えたことで心が少し楽になったように感じました。その先生は、「専門医でさえまだ脳性麻痺のことをよく分かっていない人がいる」とおっしゃり、忙しい最中あちこちに飛び回り、脳性麻痺の正しい知識を拡げる普及啓発をしておられます。それに刺激を受けたという訳ではないのですが、私も当事者の一人として声をあげていきたいという想いは胸に秘めていました。今回、「エスペニユース」の編集委員としてかかわる中でこういう機会の場を与えてもらえることとなり、飛ばし過ぎを心配する周囲の声を気にしつつも、自分なりにがんばって表現してみました。人によって障害の程度も悩みの種類も異なるので一括りにはできませんが、私を知ってもらうことと同時に少しでもこの“脳性麻痺”という障害について、一人でも多くの方に関心や興味を持っていただけると嬉しいです。最後になりますが、リハビリの主治医、精神科の主治医、家族、友人、これまで自分にかかわってくれた全ての方、本当にありがとうございました。そして、これからも引き続きよろしくお願いします。

※この書式は、JTA（JIBUN TORISETSU ACADEMY）の書式から引用（一部修正）させていただきました。

☆おまけ☆ ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました！（編集委員一同）

他の利用者さん、スタッフに聞いた「S.Sさんのストレングス（長所・強み・良いところ）ベスト10」
第1位…やさしい・親切・寛容・気配り、思いやりがある；18票
第2位…真面目・誠実・ルールを守る・正しい・正義感がある・人を傷つけない・約束を守る；15票
第3位…努力家・前向き・目標、向上心、行動力がある・意志が強い・一生（一所）懸命；14票
第4位…上品・控えめ・奥ゆかしい・はんなりしている；11票
第5位…おしゃれ・センスが良い・清潔感がある；10票
第5位…几帳面、丁寧、きれい好き；10票
第7位…話しやすい・よく話を聴いてくれる・相談に乗ってくれる・口がかたい・挨拶してくれる；8票
第8位…魅力的、チャーミング、笑顔が良い、声が明るい；6票
第9位…えらい・頭が良い；2票
第9位…無駄遣いしない・お金の管理をしっかりしている；2票
圏外…親孝行・困った時は相談できる・「弱さ」を「強さ」に変える力がある etc.

「病気が教えてくれたこと」

誰しもが素晴らしい自分の満足できる人生を努力さえする事で実現するとは限りません。体調を崩したり、病気になることもあります。人との諍いで別れが訪れる事もあります。しかし、人生とは前向きに生きて明るい未来を描けば、又、「よし、もっと楽しく生きてやるか」とスイッチを切り替えることも可能のように思います。

特に、現代社会の画一的な見方に溺れて、自分を見失うことで孤独感に陥り、犯罪やそこまでいかなくても、自閉的に自分自身を苦しめたりすることが多い時代になっているのはとても残念です。しかし、何か人は生きる目的を持つことで、満足のできる自分自身を発見して楽しい人生に置き換えられるような気がします。

私は、三十代の前半までは順風満帆の人生でした。少し恵まれ過ぎていたのかも知れません。しかし、その三十代の前半、何が原因かわかりませんが躁うつ病という精神病を発症し、一変した人生になりました。心の病に対する心の病が増幅して完全に一般社会から離脱してしまい、精神科専門病院に入院して療養せざるを得なくなりました。

しかしながら、その病気にならなかつたら、精神科専門病院に入院していなかつたら、心の葛藤を繰り返していなかつたら、今、現在の自分自身の中の本当のやさしさや相手に対しての思いやりが生まれてきていたでしょうか。そして、社会の一員として「明るい未来を創造することができる」と言い聞かせてきました。何でも、「諸刃の剣」です。メリットとデメリットは両天秤です。本当の心の豊かさは、少し大袈裟ですが、その逆境に対して少しばかり開き直って生きられるようになって、活かされるようになりました。確かに、この病気には完治はありません。しかし、主治医の指導のもとで薬と自制心で寛解に近い状態に保ちながら過ごしていれば、そして、割り切る気持ちがあれば、人生を乗り越えられるように思います。

今現在、森林浴セラピーが毎日できる森に囲まれたグループホーム「エスペランサ」（希望という意味）で寝起きしてウイークデイはデイケア「クレアル」（創造という意味）に通所しています。デイケアでは大らかなスタッフに見守られながら、温泉ドライブ・図書館・美術館めぐり、園芸療法や散歩などのアウトドアと料理教室・栄養教室やビデオ・カラオケ・マージャンなどのインドアのバランスのとれたメニューで楽しく過ごしています。利用者皆で決める工場見学・海釣り・野球観戦などのイベントもあり楽しいです。

グループホームの個室のベランダから澄み渡った空に浮かぶ星空を眺めていると、たまには自分自身を少しだけ誉めてあげたい気持ちになります。又、躁が訪れる時、「ソウちゃん、あんまり暴れないでね、頑張り過ぎないように」、鬱に落ち込んだ時、「ウツちゃん、もう少しの辛抱だからね、頑張らなくてもいいんだから」とその友に優しく語りかけてやります。今では一番仲のいいお友達です。家族、友人、仲間をはじめいろいろな人に支えられながら人生をここまで送られたことの有り難さに感謝しています。諦めずに前向きに生きようとすれば社会の一員として必ず素晴らしい人生がやってくるんだと実感しています。

愛とは・・・母性愛、父性愛、恋愛、友愛

心とは・・・優しさ・素直さ・前向き、諦めないで。そして心はいつもニュートラルに。

信頼感・・・人と人との関わりの中で、お互い信じ合って、助け合っていく。感謝と謙虚な気持ち。

肩ひじ張らずに。

自然が私にそう呼びかけてくれているような気がします。人生いろいろ、今の自分は爽やかです。そして未来に大きな夢を持って生きていける事にとってもありがたく思っています。そしていつも健やかでありたいと願っています。



2013 年 8 月
T.M

《社会資源の紹介》

廿日市地域で行われている“ふらっと・ハーバー”（夕食会）の取り組みを紹介させていただきます。

“ふらっと・ハーバー”は、「病院や施設から退院・退所した後も地域で集まる場がほしい」ということで、福祉サービス利用者及び関係者の呼びかけで2011年1月に始まった親睦団体です。名前の由来は、「“ふらっと” 立ち寄れる “ハーバー（港、船着き場）”」のような存在になることを願うところから来ています。

主な活動としては、「夕食会」を毎月第3土曜日の16:00～19:00にあいプラザ内にて行っています（但し、内容によっては日時・場所等を変更する場合があります）。夕食会以外の活動実績としては、新年会、お花見、クリスマス会、日帰り旅行（一昨年は萩・津和野、昨年は湯田温泉・毛利氏庭園に行きました）、外食等があります。

参加希望の方、詳細について聞きたい方等は、下記申込先の各担当者までお気軽にお尋ねください。

概 要

- 【日 時】 原則として、毎月第3土曜日 16:00～19:00 頃
- 【内 容】 主に夕食会を中心に行っています
ミーティングで話し合い、日帰り旅行や外食をすることもあります
- 【場 所】 あいプラザ2階 調理室&栄養指導室
- 【参加費】 実費（かかった費用をワリカンにします）
- 【申込先】 共同生活援助施設エスペランサ （担当；宮地） TEL；0829-74-1106
さくら相談支援事業所 （担当；今田） TEL；0829-31-5009
コーヒーショップあんず （担当；木村） TEL；090-2293-0999
障がい福祉相談センターきらりあ（担当；倉本） TEL；0829-20-0224



☆安定した運営を行うために、食事を一緒に作ってくださるボランティアさんを随時募集しています！

《ご意見箱》



・「事務室の机の配置が気になります。スタッフルームに部外者等が入室した場合や部屋の外からもパソコンの画面が見えることがあるので、個人情報の管理に気を付けてもらいたい」（8月10日聴き取り）

回答；エスペランサは開設して10年が経過しましたが、この10年で初めてとなるスタッフルームの大幅な模様替えを行いました。その際、机の配置を変更致しました。ご指摘を受けまして、①各パソコンにスクリーンセーバーを一番短い間隔で設定する、②部外者が入室した場合、個人情報に関するものを作業している時は、一時作業を中断して画面を切り替える、③パソコンだけでなく、外から見える所には個人情報に関するものは置かない（見られて良いものはこれまで通りです）、この3点を事業所内で周知いたしました。また何かお気づきの点等があれば、スタッフまでお知らせください。（スタッフ一同）

《異動のお知らせ》

2013年8月16日付で人事異動がありましたのでお知らせいたします。



村木克彰

3月23日生まれ
おひつじ座 A型

8月1日から友和病院の事務員として働き始め、その後、2週間でエスペランサでも働く事となりました。お仕事も車の運転も初心者マークの村木克彰（ムキカキ）38歳、そこそこ新婚、ぼちぼち中年男子です。

友和病院の事務員として半分&エスペランサの職員として半分、半分半分のお勤めです。余分にある我が体重を、半分にすれば二人分の働きができるとの理由（ではありませんが…）覚える事は2倍だと悟りました。

広島出身ではありませんが、気付けば人生の半分を広島で暮らしております。大学でアートにふれ、卒業して舞台やアートイベントのディレクターをし、町興しや小劇場の運営をしておりましたが、結婚を転機に転職した次第です。

常に「人と人とをつなげる」裏方のお仕事をしてきましたが、これからもその精神を大切に、穏やかに、にこやかに、時間をかけて、グループホームでの仕事を丁寧におこなっていこうと思っております。これから、どうぞよろしくお願い致します。

この8月15日までエスペランサの職員としてお世話になりました岡崎と申します。私は2012年の8月16日に友和会に入職いたしました。エスペランサでは1年という短い期間ではありましたが、他の職員と一緒に入居されている利用者さんの生活支援を行ってきました。現在はデイナイトケアに配属されました。メンバーさんと接する上でまだ悩んだり迷ったりすることもあります。頑張っていますのでこれからもよろしくお願い致します。（岡崎昭宏）

《編集後記》

・発送作業を担当しました。[I.A]

※「しました」とありますが、この編集後記の段階では、まだ発送しておりません(笑)。

・「私の取扱説明書」を担当しました。文章は苦手なので、スタッフさんの力も借りて何とか完成にこぎつけました。今自分が思っている7割くらいは表現できたと思います。感想をお聞かせいただけると嬉しいです。[S.S]

・人と人がふれ合い、お互いに影響し合い、支え合い、それを大切にするほどに幸せも大きく実るように思います。編集委員をさせていただくことが、その一助になればと願っています。[T.M]

・夏祭りの写真撮影を担当しました。自分の撮った写真を多くの人に見てもらえて嬉しいです。これからも撮り続けたいと思います。[N.N]

・イラスト（似顔絵）を担当しました。美術の授業を思い出しながら描きました。ちょっと大変でしたが、一生懸命やりました。自分なりによくできたと思います。[H.N]

・ご意見、ご感想等をお聞かせいただけると嬉しいです。投稿や企画案も募集中です。[宮地秀樹]